



Warszawa



Mi dzywojewódzkie Dru ynowe Mistrzostwa Młodzików 12-13 lat – OSiR oliborz
Warszawa, 25. - 26.3.2025

Harmonogram sesji nr 1 - I Dzie

25.03.2025 - 9:30

Rozgrzewka: od 8:30

9:30	1.	100m motylkowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:14	6 Serie	34
9:44	2.	100m motylkowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:15	6 Serie	36
9:59	3.	100m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:28	12 Serie	70
10:27	4.	100m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:29	11 Serie	62
10:56	5.	200m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:37	9 Serie	52
11:33	6.	200m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:29	7 Serie	41
12:02	7.	400m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	1:04	9 Serie	49
13:06	8.	400m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:50	7 Serie	39
13:56	9.	4 x 50m zmienny	Wszystkie	Serie na czas	12 - 13	0:17	6 Serie	36
14:13	Koniec sesji			Całkowity czas		4:43		

Harmonogram sesji nr 2 - II Dzie

26.03.2025 - 9:30

Rozgrzewka: od 8:30

9:30	10.	100m dowolny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:30	15 Serie	87
10:00	11.	100m dowolny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:31	15 Serie	88
10:31	12.	200m klasyczny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:30	7 Serie	41
11:01	13.	200m klasyczny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:27	6 Serie	33
11:28	14.	100m grzbietowy	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:23	10 Serie	59
11:51	15.	100m grzbietowy	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:23	10 Serie	56
12:14	16.	200m zmienny	Dziewcz t	Serie na czas	12 - 13	0:27	7 Serie	39
12:41	17.	200m zmienny	Chłopców	Serie na czas	12 - 13	0:20	5 Serie	29
13:01	18.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	12 - 13	0:18	7 Serie	42
13:19	Koniec sesji			Całkowity czas		3:49		